

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор Н.В. Колмыкова
Приказ № 110-ОД от 31.03.2021г.

МЕНЮ

23 сентября 2021года
Возрастная категория: 7-11лет

Прием пищи Неделя 2 День 4	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак	Каша молочная из "Геркулеса"	200г	197,505
	Творожок	150г	163,5
	Бутерброд с сыром, маслом 55	55г	111,467
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200г	118
Итого за завтрак		605г	590,472
Обед	Огурцы натуральные	60г	7
	Суп картофельный с бобовыми	250г	98,79
	Котлета рыбная	105г	183,26
	Картофельное пюре	150г	160,45
	Компот из свежих яблок и вишни	200г	60,64
	Хлеб пшеничный	30г	67,59
Итого за обед		795г	1004,702
Полдник	Сок "Сады придонья" 0,2л	200г	55
	Пряники	40г	146,32
Итого за полдник		240г	201,32

Повар



С.В. Катрич

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор  Н.В. Колмыкова
Приказ № 110-ОД от 31.03.2021г.

МЕНЮ

23 сентября 2021года

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи Неделя 2 День 4	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак	Яблоки	180г	81
	Запеканка из творога с клубничным соусом	210г	457,8
	Чай с сахаром	200г	57
	Хлеб пшеничный	30г	67,59
Итого за завтрак		620г	663,39
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100г	70,02
	Борщ с фасолью и картофелем	250г	141,5
	Птица тушеная	120г	202,8
	Макаронные изделия отварные	150г	211,1
	Компот из яблок и клюквы	200г	109
	Хлеб пшеничный	30г	67,59
Итого за обед		850г	1465,4
Полдник	Кисель из облепихи	200г	85,07
	Язык песочный, глазированный	75г	188
Итого за полдник		275г	273,07

Повар



С.В. Катрич